

Gyarmathy Éva

## A demokrácia elsősorban az egészség, a harmonikus idegrendszeri fejlődés valamint a tanulás függvénye, és csak másodsorban eszmei, politikai kérdés

A demokrácia nincsen beleírva a homo sapiens génjeibe, a demokrácia kulturális, társadalmi fejlődés, a civilizáció kimagasló terméke, a homo sapiens egyfajta túlélési esélye.

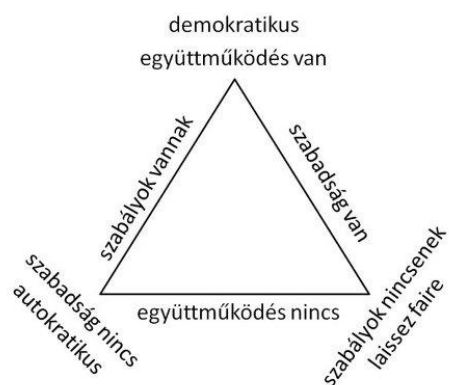
Az emberi alaptermészet meghaladása az azonnali jutalom helyett a hosszabbtávú előnyök előtérbe helyezése, a késleltetés képessége, az önkontroll, a konfliktusok rugalmas megoldása, a win/win helyzetek keresése, szemben az egyéni érdek mások elé vagy mások alá rendelésével. Ha a neveltetése során nem kapja meg a lehetőséget az egyén, hogy a társadalmi együttélés szabályainak megfelelően élhessen a szabadságával, akkor az autokratikus helyzetek lesznek számára a mérvadók. Amint azonban szabadsága van, és nincsenek külső korlátok, akkor vagy nem tud élni a szabadságával, és a külső irányítás biztonságába akar visszahúzódní, vagy visszaél a szabadságával akár mások szabadságának rovására is. Mindegyik esetben a civilizáció során kifejlődött idegrendszeri önirányítás anomáliájáról van szó.

A demokratikus rend fenntartásának másik buktatója az, ha az alapvető szükségletek<sup>1</sup> terén hiányokat észlel az ember, mert ilyen esetben könnyen az egyéni túlélés primitívebb formái kerülnek előtérbe. A félelem, harag, irigység és önzés az azonnali megoldások felé sodor, és az önérdekek felé fordítja a motivációt. Ezért a demokratikus átalakulásnak legalább két alapfeltétele van, a társadalom pszichés felkészültsége és jóléte, jóléte.

### A demokratikus fejlődés aspektusai

A Kurt Lewin a múlt század közepén írta le az autokratikus, demokratikus és laissez faire vezetői stílusokat<sup>2</sup>. Ellentétben az általános elképzeléssel, miszerint a vezetés lazasága szempontjából kontinuumot képeznek a stílusok, sokkal inkább háromszög kapcsolatban érdemes gondolkodni.

**Szabályok nélkül a csoport nem valódi csoport,** inkább véletlenszerűen mozgó egyének összessége. Az ésszerű és tiszta szabályok az együttélés alapjai, betartásuk életmentő lehet, segítik a harmonikus együttműködést, a szabadság mellett a demokratikus társadalom másik alapját képezik.



Az autokratikus vezetés eredményes lehet, ha gyors megoldásokra van szükség, és nem kell többféle szempontot figyelembe venni. Feltétlenül autokratikus vezetést igényelnek a vészhelyzetek, illetve a „veszélyes üzem”. Ezért **a diktatúrára törő vezetés érdeke, hogy állandó vészhelyzetet tartson fenn.**

<sup>1</sup> Maslow, A.H. (1943) "A theory of human motivation". Psychological Review. 50 (4): 370–96.

<sup>2</sup> Lewin, Kurt (1944) The Dynamics of Group Action. Educational Leadership, Vol. I. No. 4, January, p 195-200.

A demokratikus vezetés esetén lehetőség van a sokféle szempont és megoldás mérlegelésére, ezért igen hatékony és kreatív formáció. A demokratikus légkör széleskörű potenciál a fejlődésre, változásra. Ha új helyzetekre kell megoldásokat találni, és körültekintő mérlegelésre van szükség, akkor a demokrácia lassan kibontakozó, de színes választékot biztosító világa adhat megbízható hátteret a megfelelő döntésekhez.<sup>3</sup> A 21. században ezekre hatalmas szükség van.

**A demokrácia gyenge pontjai a szabadság, mérlegelés és lassúság, akadály lehet az önszabályozás gyengesége, az autokratikus nevelés, bármely vészhelyzet és a polarizálódás.**

- A szabadság csak az **önirányítás képességével együtt** vezethet felelős autonómiához, ami elsősorban önszabályozás, nem pedig csak külső erő utasításainak követése.
- Ahhoz, hogy mérlegelni, összehangolni, érdekeket egyeztetni legyen képes az egyén és a csoport, az **önkontroll mellett megfelelő gondolkodási képességek** is szükségesek, de még fontosabb a szocializáció. **Az autokratikus légkörben felnövő nemzedékek számára könnyen elfogadható a diktatúra.**
- A demokratikus döntésekhez idő kell, tehát **vészhelyzetek esetén szükséges a központi irányítás.**
- A sokféleség a demokrácia alapja, a **polarizálódás** viszont a demokratikus folyamatok ellen hat, mert **feszültséget gerjeszt**. A túl nagy tapasztalati és szemléleti távolság miatt az egymástól nagyon eltérő helyzetben lévők közötti **megértés nehezen jön létre.**

**A demokrácia alapfeltétele a jóléti és jólléti problémák megoldása is. Mindez a jelen járványhelyzet kezelésére is igaz:** Mindenki számára kell egy környezeti, lakhatási és táplálkozási minimum, mert enélkül a jövő nemzedékének fejlődésében zavarok alakulnak ki.

**Környezeti minimum:** Tiszta levegő, víz és energia. **Lakhatási minimum:** Az alapjövedelem helyett/mellett elfogadható lakhatási lehetőséget kell adni. **Egészséges táplálkozás és életmód:** Az életmódbeli rendszeresség, a fizikai és szellemi képességek védelme, az étkezés meghatározza a testi-szellemi fejlődést, megalapozza a megküzdéshez szükséges fizikai és mentális erőket.

Képzésoldali javaslat:

- *Táplálkozás:* olcsó és egészséges élelmiszerekből egyszerű receptek (burgonya, répa, hüvelyesek, alma, stb.)
- *Zöld gondoskodás:* könnyen természetű zöldségek, gyümölcsök, fűszerek
- *Egészséges életmód:* higiénia, egyszerű betegségek megelőzése és kezelése, elsősegély ismeretek, rendszeresség
- *Társas készségek:* érzelmek felismerése, kezelése, vita, érdekegyeztetés
- *Pénzügyi és gazdasági alapismeretek:* kiadások, költségek, háztartási ismeretek.

**Biztonság érzése:** A gyorsan változó világban növekszik a bizonytalanság. Ennek csökkentése egy demokratikus berendezkedés alapfeladata, mert a veszélyészlelés az autokratikus megoldások felé sodor.

---

<sup>3</sup> Gyarmathy Éva (2019) Pszichomeditáció. Móra Kiadó, Budapest

**Tervek a vészhelyzetek megelőzésére és kezelésére:** Az előrelátható és az előre nem látható veszélyes eseményekre kidolgozandó előzetes tervek nyilvánosságra hozatala – épületben kitérő tűztől kezdve a terrortámadás, járvány vagy földrengés esetére egyaránt.

**Demokratikus légkörre szocializálódni kell:** A jólét és jóllét biztosítása csak alap, mert az autokratikus nevelésben felnövő nemzedékek számára otthonosabb a hatalmi szó követése, mint a saját felelősség felvállalása.

**Az önkontroll problémák megelőzése és kezelése a demokratikus társadalom önvédelme:**

A környezetben egyre gyakrabban megjelenő vegyi anyagok, gyógyszerek, vírusok<sup>4</sup>, fény- és zajszennyezés apró idegrendszeri eltéréseket okoznak, amelyek a fejlődő idegrendszer esetén súlyos zavarokká válhatnak, de megfelelő környezeti hatások esetén akár a tehetségfejlődés irányába is fordulhatnak.<sup>5</sup> Az evolúciósan legújabb agyi ideghálózatok a legérzékenyebbek. A csak az utóbbi tízezer évben megerősödött végrehajtó funkciókban nagy szerepet játszó prefrontális kéreg mindig érintett terület az atipikus fejlődésben. Ez azt jelenti, hogy a tervezett, módszeres tevékenység, az egyén fékrendszere és a rugalmas alkalmazkodás gyenge vagy megzavart. Ezeknek a civilizációs fejlődés során kialakult működéseknél a hiánya vagy gyengesége lehetetlenné teszi az autonóm viselkedést, és így a demokratikus utakat, mert a belső kontroll hiányában sokkal keményebb külső irányításra van szükség. Egész életen át, a korai kisgyerekkortól kezdve tudatosan kell a végrehajtó funkciók fejlődését támogatni:

- A civilizáció hajnalán az ókorban is ez alapozta meg a társadalmi együttélést. Mozgás, művészet, a stratégiai játékok mind olyan kulturális eszközök, amelyek mellett, hogy a belső és külső harmóniát növelik, a végrehajtó funkciókat támogatják. Az ezen a téren már létező pedagógia megoldásokat a mindennapi tanulásba be kell vezetni.
- A tiszta, következetes szabályok, követhető rend, algoritmusok segítik az agy kontrollfunkcióinak fejlődését. Erre egész életben szükség van az embernek, de különösen a gyermekkorban,
- Az önirányította és társas tanulási formák, a tapasztalat-, projekt- és problémalapú tanulás a tevékenységszervezés szintjén fejlesztenek, amellyel, hogy a 21. században szükséges tanulási formák.

**Az atipikus idegrendszeri fejlődés egyre gyakoribb lesz:** Az idegrendszer fejlődésének fentleírt kisebb eltérései miatt gyakoribbá válik a tanulási, figyelem, kontroll és autizmus spektrum zavar. Ugyanakkor a szokásostól eltérő fejlődés a tehetség irányában is nagyobb lehetőségeket hordoz. Az egyén belső jellemzőitől, és különösen a külső környezettől függ a kimenet.

- A különleges nevelési igényű, atipikus idegrendszeri fejlődésű tanulók közös jellemzője, hogy a tipikushoz képest sokkal érzékenyebbek a környezeti hatásokra, éppen ezért problémáik felhívják a figyelmet azokra a gyenge pontokra, hiányosságokra, amelyek egyébként csak észrevétlenül vagy elviselhető szinten okoznak zavarokat. Például a kiemelkedő és átütő tehetségfejlődést mutató tanulók

---

<sup>4</sup> Minthogy a kisgyerekek között is erősen terjed már a COVID, erre a problémára különösen számítani kell.

<sup>5</sup> Mrazik, M., Dombrowski, S. C. (2010) The neurobiological foundations of giftedness. Roper Review, 32(4), 224-234.

alkalmazkodási nehézségei az oktatás és a tehetséggondozás terén meglévő hibákat nagyítják fel. A neurológiai alapú teljesítményzavarokkal küzdő tanulók sokféle szintű és irányú fejlődési eltéréseket mutatnak, és a jelenség egyre gyakoribbá válása felhívja a figyelmet arra, hogy a 21. században az ismeretközlésre épülő egytanítás, vagyis az egyféle tananyag, egyféle haladás, egyféle számonkérés nem tartható.

- A 21. századi tanulási környezet egyénre szabott, megismerés és fejlesztés hangsúlyos, ami az atipikus fejlődés természetes ellátását is jelenti.
- A különleges helyzetek hasonló hatást fejtenek ki, mint a különleges fejlődésű gyerekek, mert felnagyítják és kiéleltetik a korábban nem, vagy alig észlelt és félresöpört hiányosságokat, anomáliákat. A koronavírus járvány okozta otthontanulás és távtanítás most ezt tette az oktatással is.

**A megismerő-fejlesztő tanulási környezet és a digitális technika egymást erősíti:** A minősítő/számonkérő szemlélet akadályozza, hogy a 2016-ban elkészült kiváló Digitális Oktatási Stratégia gyakorlatban megjelenhessen, pedig nagy segítség lenne. Eltörplendő a régi típusú, bár újnak nevezett Nemzeti Alaptanterv, amely még egy másik korszak szellemében készült, és a bevezetése egyet jelent a visszalépéssel, hiszen ha a 21. században megjelenő kihívások nem is ütötték át a hazai oktatási rendszer ingerküszöbét, a koronavírus járvány 2020-ban történelmi változást hozott az iskolákban is. A pedagógusok képesnek mutatkoznak a változtatásra, az oktatásirányítás a szabályozással tartja fenn a régi szemléletet, magukat a pedagógusokat is a minősítő-számonkérő keretekbe kényszerítve.

Tanmenet, tantárgy, tananyag, tanóra, házi feladat, számonkérés, osztályzatok, évfolyamok, igazolt és igazolatlan hiányzások – ezek az elavult oktatás fő eszközei, amelyek legfőképpen kategorizálásra alkalmasak, és ezek által a diák passzív elszenvedője a folyamatoknak.

A 21. századi tanulás eszközei a problémamegoldás, a kommunikáció, az egyéni és társas helyzetek kezelése, együttműködés, tervezés, döntés, tudásépítés, értékelés, ahol a diák aktív résztvevő. A 21. század a gyors változások százada, amikor az állandó változással járó bizonytalanság elfogadása és ehhez a tanulásbeli rugalmasság, vagyis a tanulás és a felejtés majd új tanulás szükséges. Az információk befogadása helyett a releváns információk megválasztása, az utasítások követése helyett a helyzetek, problémák megoldása a cél.

A 21. században nem szabad, hogy zavart okozzon, ha valamilyen nem várt helyzet miatt a pedagógus nem tud közvetlenül résztvenni a diákok tanulásában, mert nem a tananyagot kell megtanítani, hanem magát a tanulást, amelyhez a digitális technika rendelkezésre áll.<sup>6</sup> A pedagógusok tanulás- és közösség-szervezők, akik a fejlesztő tanulási környezetet biztosítják. Az életkornak megfelelően önirányítottá majd autonómmá váló tanulás így természetes módon egyénre szabottá válik, vagyis a 21. században megjelenő sokféle képességfejlődés és érdeklődés nem akadályai, hanem a fejlődés különböző útjai lesznek.

A pedagógusoknak megfelelő nem csak képzésekre, hanem elsősorban is háttéranyagokra, feladat- és projektbankra van szükségük, hogy gyorsan tudjanak átállni.

---

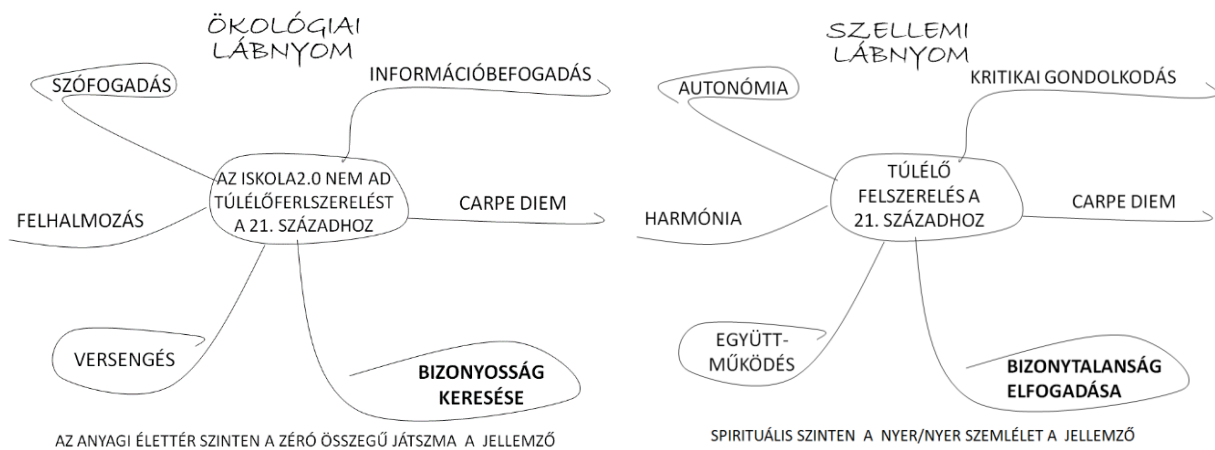
<sup>6</sup> Gyarmathy Éva (2020) A különleges nevelési igény és a távtanulás a 21. század fényében.

[https://mta.hu/tudomany\\_hirei/a-kulonleges-nevelesi-igeny-es-a-tavtanulas-a-21-szazad-fenyeben-110655](https://mta.hu/tudomany_hirei/a-kulonleges-nevelesi-igeny-es-a-tavtanulas-a-21-szazad-fenyeben-110655)

Gyarmathy Éva

## A bizonytalanság elfogadása, kezelése<sup>7</sup>

A megküzdéshez szükséges képesség, tudás, kompetencia, gondolkodás- és szemléletbeli alapokat a korai gyerekkortól kezdve a fejlesztés és tanulás során lehet felépíteni.



**Harmónia:** A harmónia az egyensúly, a rendezettség érzésének nyugalma adja. A civilizáció kulturális alapeszközei a mozgás, a művészetek és a stratégiai játékok az ember belső és külső világának összerendezésére irányulnak. A szenzomotoros aktivitás a fizikai világgal való kapcsolatot rendez. A művészetek az érzéseket és érzelmeket öntik formába. A stratégiai játékok az elemzés, logika és algoritmikus gondolkodás rendezettségre szoktat. Nem a nagy mennyiségű információval és ismerettel lehet a bizonytalanságot csökkenteni, hanem az egyénen belül és a környezettel kialakítandó harmóniára törekvéssel.

**Autonómia:** Az autonómia a döntésre és önálló cselekvésre való képesség, a külső hatások kontrollja, egy belső iránytű használata, amely a döntések meghozatalában eligazít. Ennek hiányában a külső erők játékvá válik az ember. Amikor sokféle erő van jelen és a külvilágban az értékek változnak, amikor rengeteg hatás éri az embert, akkor különösen nagy jelentőségű a Ryan és Deci által belső meghatározottságnak nevezett erő.<sup>8</sup>

Az autonómia a felnőtt lét legfőbb jellemzője. A kisgyerek esetében a felnőtt számára természetes döntéseket is mások hozzák meg: mit egyen, mit vegyen fel, hova és mikor menjen. Az identitás fejlődésével az autonómia is növekszik, ami azt jelenti, hogy az egyén a döntéseiért felelősséget vállal, és mindeközben tiszteletben tartja mások autonómiáját. Ez utóbbi különbözteti meg az önállóságot az öntörvényűségtől.

A szófogadásra, külső megerősítésekre, jutalomra szoktatott gyerekekből felelősséget nem vállaló, a feladatokat utasításra végrehajtó felnőttek lesznek. A gyerekek nem abból tanulnak, amit tanítanak nekik, hanem ahogyan tanítják. Így van ez az autonómiával is.

<sup>7</sup> Gyarmathy Éva (2019) Információ és bizonytalanság. Avagy az iskola küzdelme a 2.0-ás szinten. Új Pedagógiai Szemle, 5-6, 22-39.

<sup>8</sup> Ryan, R. M. és Deci, E. L. (2000): „Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being”. American Psychologist, 55. 68–78.

Autonóm pedagógus tud autonóm gyerekeket nevelni.<sup>9</sup> Ha a pedagógusoknak van szabad döntése, választása, és nem külső nyomásra, fenyegetésre vagy jutalomra hagyatkoznak, akkor a gyerekek autonóm viselkedést tanulnak, és kevésbé válnak bizonytalanná és befolyásolhatóvá új helyzetekben.

*Együttműködés:* Az ember társas lény, és megküzdésében a társak, a csoport kulcsfontosságú. Az együttműködés jár némi bizonytalansággal, hiszen eltérő szemléletek és megoldások egyeztetésére van szükség, és mindenkinek bíznia kell önmagában és másokban is. A sokféle tudás, sokféle út és ezek együttese, szintézise a problémamegoldás maga. A társas helyzetek a csoport megerősítő hatásai által csökkentik a bizonytalanságot.

A jelenlegi oktatás egyoldalúan az egyéni sikerre, a társak legyőzésére irányuló zéró összegű játzmákra készít fel a minősítéssel, az állandó összehasonlítással, versenyztetéssel. Azt tanítja a gyerekeknek, hogy ha valaki több lesz, azzal a másik kevesebb, miközben már régóta tudott, hogy ennek a nézetnek ilyen általánosítása hamis. Az együttműködésben mindenkinek több tudása és lehetősége lehet. A győztes/győztes út az, amikor egy optimális közös nyereség hozható ki egy helyzetből.

Az együttműködés hatékony eljárás az átfogó, hosszabb távra előretelkintő megoldások megtalálására, szemben az önzésre, gyors aratásra irányuló versenyhelyzetekkel. A szűkös források beindítják a versengést, és csak tudatos erőfeszítésekkel tud az ember a nagyobb siker, illetve a túlélés érdekében együttműködésben is gondolkodni.<sup>10</sup>

*Kritikai gondolkodás:* Az információk megszerzése egyre könnyebb, sőt elárasztanak az információk, viszont egyre nehezebb azonosítani a „megfelelő információt”. Az információk helye, megbízhatósága, relevanciája, használhatósága és egyéb információkkal való kapcsolata fontosabb, mint bármilyen tudás. A téves, hamis, lényegtelen ingerek kiszűrése csak alapos feldolgozás útján lehetséges. Nem spórolható meg a lassú, de kontrollált feldolgozás.

Ha a gyerekek csak információ- és ismeretbefogadást tanulhatnak, akkor elmarad a feldolgozás, és az első és legerősebb inger elsodorja. Az információk feldolgozásának magas szintje, a bejövő ismeretek szintetizálása, értékelése. A kritikai gondolkodásra való felkészítés messze nagyobb védelem a gyerekek számára, mint a tiltás és az elrettentés bármilyen formája. A világ szélesre nyílt, és kívülről nem védhetjük meg a gyerekeket. Mindenki belső kognitív erejével lehet úrrá a kaoszon.

*„Carpe diem”:* A „Ragadd meg a napot” kifejezés értelmezése azon múlik, mennyire képes valaki a bizonytalanság elfogadására. A „Carpe diem” lehet a világ és a javak learatása, harácsolás, de ezekkel szemben az önfejlődés és fejlesztés útja. Lehet az egyéni boldogulás biztosítása és az általános spirituális felemelkedésért való munka.

---

<sup>9</sup> O’Neil, Jr. H. F. és Drillings, M. (szerk., 1999): *Motiváció. Elmélet és kutatás*. Vince, Budapest.

<sup>10</sup> Meegan, D. V. (2010): Zero-sum bias: perceived competition despite unlimited resources. *Cognition*, 1. 191.